



Cardio-Training



Musculation



Full-Body



Souplesse/
Motricité

SMALL GROUP TRAINING

MATIN

Horaires

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

8h00 - 8h40



7h40 - 8h20

8h40 - 9h20



9h20 - 10h

9h20 - 10h



10h - 10h40

MIDI

12h - 12h40



11h - 11h40

12h40 - 13h20



SOIR

17h40 - 18h20



18h20 - 19h



19h - 19h40



19h40 - 20h20

